

# Schüler mit Prüfungsangst- Was tun?

**Beitrag von „MSS“ vom 21. Januar 2014 18:14**

Wenn der Schüler zugänglich ist gegenüber dem Thema, hilft progressive Muskelentspannung nach Jacobsen ganz gut...

Gibt es zum Beispiel als kostenlosen Download von der [Techniker krankenkasse](#) und noch viele andere bei google.

Hilft ganz gut, wenn es konsequent geübt wird und hat den Vorteil, dass man es relativ unauffällig machen kann, was für SuS auch wichtig sein sollte.